

**Sam sem v svojem svetu ...
ti pa hočeš,
da se spomnim,
ti pojasnim, opisujem, pripovedujem,
da se odločim in načrtujem ...
skupaj sva,
a vsak v svojem svetu ...**

(Arno Geiger: Stari kralj v izgnanstvu)



Pokličite nas! Obiščite nas!

Skrb za osebe z demenco predstavlja veliko breme za svoje.

Pomoč in informacije dobite na Spominčici.

- Posvetovalnica (**059 305 555**)
in osebno svetovanje
- Skupine za samopomoč
- Predavanja in delavnice za strokovno in splošno javnost
 - Alzheimer Cafe
- Delavnice za ohranjanje spomina
- Mreža Demenci prijaznih točk (DPT)
 - Osebno svetovanje doma
- Prostovoljstvo in družabništvo
- Glasilo Spominčica, strokovna in informativna gradiva
 - Organizacija nacionalnih in mednarodnih konferenc
- Nacionalni in mednarodni projekti
- Ozaveščanje in informiranje javnosti

**SPOMINČICA – ALZHEIMER SLOVENIJA,
SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA POMOČ PRI DEMENCI**

**Vaš prispevek bo omogočil strokovno pomoč
svojem osebam z demenco:**

TRR: SI56 6100 0001 4609 032

SMS donacije: 1919 SPOMIN5

Sporazumevanje z osebo z demenco



**Pomembno je, da so ljudje
okoli tebe prijazni.
Potem je vse mogoče.**

(Arno Geiger: Stari kralj v izgnanstvu)



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Alzheimer's
Disease
International



Telefon: 01 25 65 111

Naslov: Luize Pesjakove 9, Ljubljana

www.spomincica.si

Oseba z demenco

- ponavlja ista vprašanja ali pripoveduje iste zgodbe
- govori stvari, ki niso resnične
- težko začne pogovor in se koncentrira
- v pogovoru preskakuje s teme na temo, težko sprejema odločitve
- govori o daljni preteklosti, ne spomni pa se, kaj je jedla in da je sploh jedla (težko prikliče nedavne dogodke)
- stvari poimenuje napačno
- začne se umikati iz družbe
- ne najde pravih besed za poimenovanje stvari, krajev, dogodkov ... (npr. očala opiše kot »za branje za oči«)
- uporablja pomensko nejasne in nesmiselne odgovore
- izpušča besede, tudi pri pisanju
- težje prepozna funkcije predmetov
- ne zna več uporabljati telefona, računalnika ipd.
- ima težave z orientacijo v prostoru in okolici

Kako se pogovarjati

Poskrbimo za mirno okolje, v katerem bo tekel pogovor, odstranimo vse moteče dejavnike in izklopimo telefone. Prostor naj bo prijetno topel in osvetljen. Z osebo z demenco naj govori le ena oseba. Z njo vzpostavimo očesni kontakt. Sedimo nasproti nje (in ne ob njej), da bo lahko opazovala naše nebesedno sporočanje. Preverimo, ali nas vidi in sliši. Za sproščen pogovor izberimo temo, ki ji je blizu.

- naslavljamo eno temo naenkrat
- začnemo z znanimi, prijetnimi temami
- pogovor naj bo topel, sproščen in spodbuden
- omogočimo dovolj časa za odgovor
- usmerjamo pogovor in trajanje pogovora
- uporabimo slike, predmete in neverbalno komunikacijo
- spodbujamo izražanje čustev
- izogibamo se popravljanju in prepričevanju
- pazimo, da osebe ne spravimo v stisko
- preusmerimo pogovor, če tema postane preveč naporna

Sporazumevanje

- bodimo potrpežljivi
- pristopimo prijazno in mirno
- govorimo jasno, razločno in z mirnim glasom
- uporabljamo kratke in jasne stavke
- uporabljajmo vprašanja, na katera lahko oseba odgovori z »da« ali »ne«
- osebo z demenco gledamo v oči
- pazimo na govorico telesa, saj jo oseba z demenco najbolje razume
- osebe ne silimo v izbiro
- osebi ne nasprotujemo in se ne prepiramo
- ob neprijetnih temah ali vprašanjih pogovor prijazno preusmerimo
- ne pričakujmo vedno odgovora